

- 年 菜 精 选 ●
- 健 康 早 餐 ●
- 宵 夜 小 吃 ●
- 家 常 简 餐 ●
- 微 波 套 餐 ●
- 可 爱 点 心 ●
- 美 味 鲜 汤 ●
- 减 重 食 谱 ●

ISBN 7-5331-1621-6



9 787533 116217 >

山 东 科 学 技 术 出 版 社

图字: 15-95-05

ISBN 7-5331-1621-6

TS · 117 定价: 13.15元

可爱 点心



山 东 科 学 技 术 出 版 社

果冻篇

C O N T E N T S

- | | |
|----|---------|
| 6 | 果冻基本制法 |
| 9 | 咖啡冻 |
| 11 | 乌龙茶冻 |
| 13 | 紫葡萄串 |
| 15 | 什锦水果鸡蛋冻 |
| 17 | 养乐多布丁 |
| 19 | 三色布丁豆花 |
| 21 | 蜜桃西米布丁 |
| 23 | 杏仁豆腐 |
| 25 | 鸡蛋布丁 |



果冻基本制法

果

冻就是以食用胶凝结果汁，使液体成为固体。由于它具有冰凉香Q的特色，是夏天颇受大众喜爱的点心。



本书使用的食用胶有明胶、真珠粉和洋菜粉3种。3种胶的使用各有其特色与限制。其中，明胶的凝结点最低，明胶液必须放入冰箱冷藏才能结冻；而真珠粉胶汁和洋菜粉汁在室温下就会凝固，结冻的速度较明胶液快，所以比较方便。但是有些果冻就一定非要用明胶来做不可，例如，酒冻、乳酸饮料冻以及标准慕思。因为酒和乳酸饮料不能加热，若用真珠粉和洋菜粉，混合液会不易拌匀，故不适合。而明胶冻性质很黏，若要将明胶果冻挖球或印成各种形状又不易成形，最好使用真珠粉或洋菜粉来做。至于其他类果冻则不受此限，读者可随意使用其中一种胶



粉来做。以下介绍果冻制做的基本方法。

果冻基本制法



1 先将糖和真珠粉放在小锅中。



2 用直形打蛋器稍加搅拌。



3 加水，搅拌均匀。



4 以小火煮沸。



5 沸腾后即熄火，加入其他材料（如水果丁等）拌匀，倒入模型中冷却。



6 凝结后把模型倒拿在手中，用刀尖沿模型周边轻挑，果冻即会脱出。



7 把果冻放在高脚杯中，即可食用。

注意

本书所示火的大小都仅供参考，因为锅中液体多少才是主要的。锅中液体多则用大一点的火，锅中液体少则用小火，总之火焰的高度不可高过锅中液体的高度。



咖啡冻

材料：

明胶 1 $\frac{1}{2}$ 大匙、糖 $\frac{1}{2}$ 杯、即溶咖啡 1 大匙、鲜奶 2 杯。

做法：

1. 小碗装水 3 大匙，撒入明胶，以小打蛋器搅拌均匀备用。
2. 糖加水 2 杯以小火煮沸，加入明胶水和咖啡，搅拌溶化后熄火。
3. 盛入一个平底容器中，放凉后再放进冰箱冷藏，凝结好即可食用。
4. 食用时，可将咖啡冻划成 1 厘米立方小块，淋上鲜奶。



乌龙茶冻

材料：

真珠粉 2 大匙、糖 $\frac{1}{2}$ 杯、白毫乌龙 2 大匙。

做法：

1. 真珠粉与糖拌匀。
2. 白毫乌龙先冲一次滚水弃去茶汁，再冲 $3\frac{1}{2}$ 杯滚水静置 1 分钟后，滤出 3 杯茶汁。
3. 将茶汁倒入真珠粉糖中拌匀，再煮沸。
4. 熄火后，舀入模型中凝固即可。



紫葡萄串

材料：

洋菜粉 $\frac{1}{2}$ 包、葡萄汁 2 杯、糖 $\frac{1}{4}$ 杯。

做法：

1. 洋菜粉撒在 1 杯葡萄汁中拌匀，小火煮沸。
2. 加入糖搅溶后熄火，再加入 1 杯葡萄汁拌匀。
3. 倒在一个平底容器中，使厚度约为 2 厘米。
4. 凝固后，用挖球器挖出一颗颗球状果冻，排列如一串葡萄即成。

备注：

洋菜粉和真珠粉都适宜做此果冻，明胶则不可以，因为明胶冻太黏无法挖球。



什锦水果鸡蛋冻

材料：

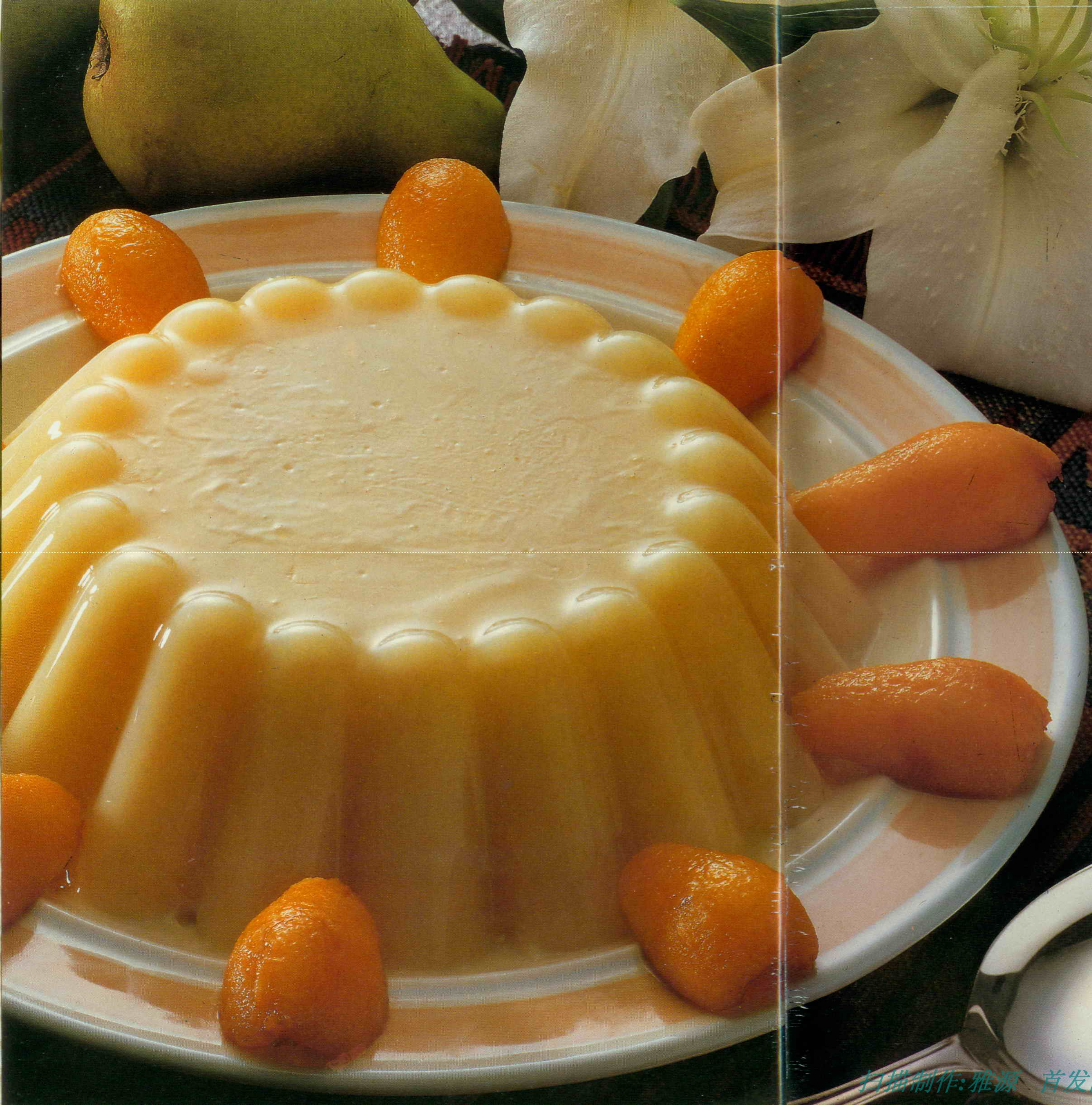
- ①洋菜粉 1 大匙、牛奶 2 杯、糖 $\frac{1}{3}$ 杯。
蛋黄 2 个、荔枝 12 粒、苹果 1 个、
黄香瓜 $\frac{1}{2}$ 个、杨桃 $\frac{1}{2}$ 个、番石榴 $\frac{1}{2}$ 个、小番茄 8 个、糖 1 杯、水 6 杯。

做法：

1. ①料拌匀以小火煮沸，熄火。
2. 放稍温后，加入蛋黄拌匀，舀在小模型中待凝固（图中是用元宵盒当模型）。
3. 小番茄洗净；荔枝去皮、核，果肉切半；苹果、香瓜、杨桃、番石榴去籽切丁，用盐水或柠檬汁浸一下，以免变色。
4. 糖加水煮沸放冷。冰凉后，加入各色水果和鸡蛋冻即可食用。

备注：

苹果最好买没打蜡的，能不去皮，保持营养又漂亮。



养乐多布丁

材料：

明胶 3 大匙、糖 $\frac{1}{4}$ 杯、养乐多 $\frac{1}{4}$ 杯。

做法：

1. 明胶撒在 $\frac{1}{2}$ 杯水中拌匀后，加糖搅匀以小火煮沸熄火，待冷。
2. 冷后，加养乐多拌匀，倒入直径 17.5 厘米的模型中，放入冰箱冷藏凝结。
3. 取出时，连模型放在温水中浸一下，以便顺利倒扣在盘中。

备注：

养乐多加热易混浊沉淀，所以本品必须用明胶来做，不可用洋菜粉或真珠粉。

三色布丁豆花

材料：

蜜豆奶 4 杯、真珠粉 2 大匙、糖 $\frac{1}{2}$ 杯。

做法：

1. 真珠粉撒在蜜豆奶中，用直形打蛋器彻底搅拌均匀。
2. 小火煮沸即熄火，待完全冷却后，再放入冰箱冷藏、凝结。
3. 糖加水 3 杯煮沸，放冷。
4. 食用时，豆花加糖水即可。

备注：

1. 本道材料所列为一种口味的分量，若制做三色，分量须增为 3 倍。
2. 三色布丁豆花是用草莓、鸡蛋和巧克力三种口味的豆奶分别做成，当然也可用自己打的豆浆来做。
3. 冷糖水或冰皆可，但不可加热食用，否则布丁豆花会溶化。
4. 本品不可用明胶来做，因为明胶冻太易溶于水。

蜜桃西米布丁

材料：

1. 西谷米布丁：

西谷米 2 大匙、真珠粉 1 大匙、糖 $\frac{1}{4}$ 杯。

2. 水蜜桃布丁：

真珠粉 $\frac{2}{3}$ 大匙、糖 1 大匙、水蜜桃罐头 2 片、水蜜桃汁 $\frac{1}{2}$ 杯。

做法：

1. 西谷米布丁：

(1) 水 2 杯煮滚后，倒下西谷米煮 10 分钟，熄火再焖 10 分钟，捞出备用。

(2) 真珠粉与糖先拌匀，再加水 $\frac{1}{2}$ 杯搅匀，以小火煮沸。

(3) 加入西谷米调匀，熄火。

(4) 倒入模型中，放冷待凝结。

2. 水蜜桃布丁：

(1) 水蜜桃及汁用果汁机打成泥。

(2) 真珠粉加糖混匀后，加入水蜜桃泥搅匀，煮沸。

3. 水蜜桃布丁汁稍温后，舀在已凝结的西谷米布丁上，放入冰箱冷藏。

4. 食用时倒扣在盘中。

杏仁豆腐

材料：

洋菜粉 1 包、糖 2 杯、什锦水果 1 罐、奇异果 1 个。

①牛奶 1 杯、杏仁露 4 $\frac{1}{2}$ 大匙。

②杏仁霜 $\frac{1}{2}$ 杯、冷开水 1 杯。

做法：

1. 洋菜粉加水 6 杯搅拌溶化，煮沸后熄火。
2. 加入①料或②料拌匀，倒在一平盘上待凝固。
3. 糖加水 7 杯煮化备用。
4. 奇异果去皮洗净，切成 1 厘米立方小丁，连同什锦水果罐头一起倒入糖水中搅匀，放入冰箱。
5. 食用时，加入切成菱形块的杏仁豆腐即可。

备注：

此法杏仁味淡，喜欢杏仁味的人，可在糖水中加些杏仁露。

鸡蛋布丁

材料：

- ①牛奶 3 杯、糖 $\frac{3}{4}$ 杯、蛋黄 6 个。
- ②明胶 2 大匙、水 $\frac{1}{4}$ 杯。

做法：

1. ①料拌匀备用。
2. ②料搅拌均匀后，隔水蒸化，倒入①料再拌匀，舀入模型中，放入冰箱冷藏至凝结。
3. 食用时，连模型放在温水中浸一下，再倒扣在杯中，淋上一些焦糖蜜即可。

附录 焦糖蜜

糖 $\frac{1}{2}$ 杯加水 $\frac{1}{4}$ 杯，先在碗中搅匀，再倒入小锅中煮。熬煮时，可提着锅柄轻晃，但不要用筷子或打蛋器搅动，以免锅边四周粘上糖液不好洗；也不要开大火，否则锅子烧焦很难清洗。煮到糖液颜色变深时，倒入 $\frac{1}{4}$ 杯滚水摇晃均匀，即成焦糖蜜。

冰品篇

28 冰淇淋汁基本调配法

30 绿茶冰淇淋

31 苹果冰淇淋

32 咖啡冰淇淋

33 花生冰淇淋

35 西瓜雪泥

37 柠檬雪泥

39 哈密瓜雪泥

41 冰淇淋四色球

43 冰淇淋苏打



冰

淇淋是冰冻的奶类,香纯甜美;雪泥是冰冻的果汁,清爽解渴。两者的做法完全相同,只是前者加入大量的牛奶或鲜奶油,而后者完全不加奶。



冰淇淋和雪泥的口感之所以会绵密细致,要诀在以极低的温度快速冷冻,使奶类或果汁中的水分无法凝结成大冰晶,所以吃起来不像刨冰般沙沙的。本书所要介绍的直接



冷冻法,其方法如下:

①将冰箱冷冻库的温度器调到强冷,使冷冻库至少先预冷 1 小时后,才可开始冰冻冰淇淋汁。②将冰淇淋汁放入冰箱冷藏室,冷藏到 5℃ 以下,再移入冷冻库内最冷处冷冻 2~4 小时。③如果想使冰淇淋更细致,可在冷冻中途将半凝结的冰淇淋自冷冻库中取出,搅拌一下再送回冷冻库冻硬。冰淇淋中若有碎果肉或核果时,为避免果肉全沉淀到底下,必须中途取出搅拌,再予冷冻。雪泥的做法与冰淇淋的做法类似,此处不另外介绍。

冰淇淋汁基本调配法



1 先将蛋黄和糖放在小钢盆中,用直形打蛋器搅打。



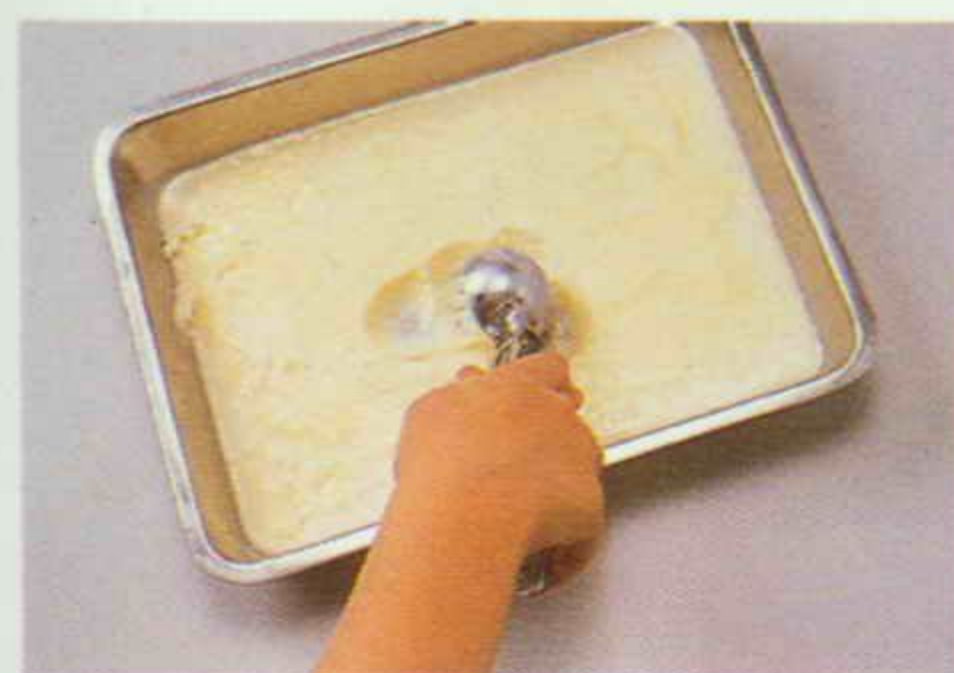
2 打到稍微发白时,加入牛奶调匀。



3 蛋糖奶调匀后,以小火煮到将沸时熄火(不可煮沸)。



4 加入鲜奶油搅拌均匀,即是原味冰淇淋汁。



5 将冰淇淋汁盛在宽浅的平底钢盘中,使其厚度不超过 3 厘米,再依直接冷冻法冷冻。

注意

依照本书所列的材料分量调配,糖的分量不可再减少,否则会影响到冰淇淋和雪泥的质地。

金属容器的导热性比塑胶容器高,可加快结冻速度,所以冷冻冰淇淋汁或雪泥汁时,最好使用平浅的不锈钢盘盛装,当然也可用多个金属小便当盒分盛。冻好的冰淇淋,可以自钢盘改移到其他小塑胶容器中盛装保存。

一次只冷冻一份冰淇淋汁;分量太多,冷冻力不足,冰淇淋质地不易细致。但是可以一次煮两份冰淇淋汁,分两次冷冻。



绿茶冰淇淋

材料：

蛋黄 2 个、糖 $\frac{1}{2}$ 杯、牛奶 $1\frac{1}{2}$ 杯、鲜奶油 1 杯、绿茶粉 2 大匙。

做法：

蛋黄和糖搅打到发白时，加入牛奶调匀，以小火煮到将沸时熄火，加入鲜奶油和绿茶粉拌匀，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。



苹果冰淇淋

材料：

苹果 1 个、糖 $\frac{3}{8}$ 杯、牛奶 1 杯、鲜奶油 1 杯。

做法：

苹果去皮、核，切成 0.5 厘米立方的小丁，然后加糖以小火焖煮 10 分钟，煮到软烂时加入牛奶继续煮，到将沸时熄火，再加鲜奶油拌匀，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。



咖啡冰淇淋

材料：

蛋黄 2 个、糖 $\frac{1}{2}$ 杯、牛奶 $1\frac{1}{2}$ 杯、即溶咖啡 $1\frac{1}{2}$ ~2 大匙、鲜奶油 1 杯。

做法：

蛋黄和糖用打蛋器打到发白时，加入牛奶拌匀，以小火煮到将沸时熄火，加入咖啡和鲜奶油搅匀，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。



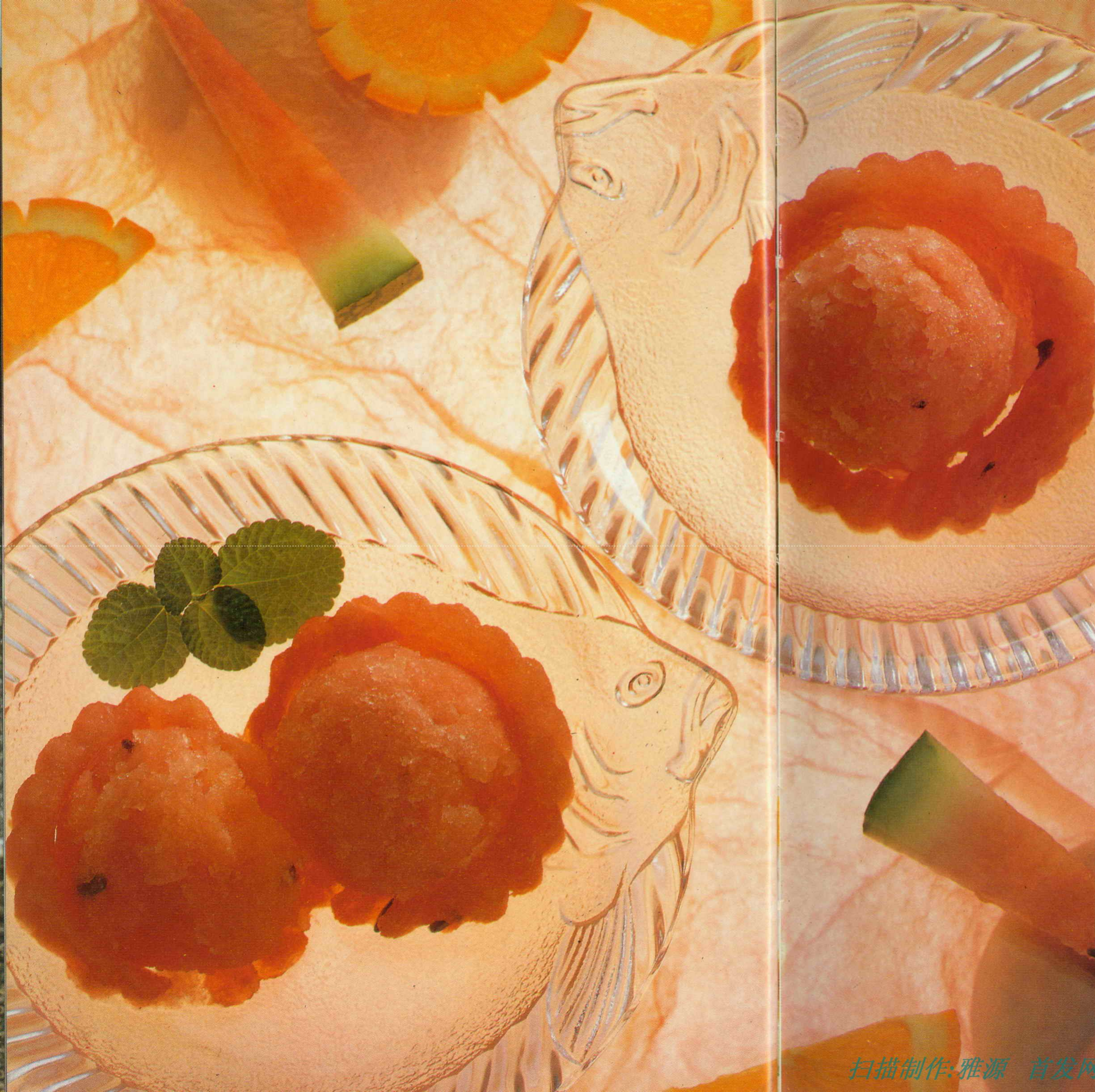
花生冰淇淋

材料：

甜花生酱 $\frac{3}{4}$ 杯、牛奶 1 杯、鲜奶油 $\frac{3}{4}$ 杯。

做法：

牛奶一点一点地加入花生酱中，慢慢调匀，以小火煮到将沸时熄火，加入鲜奶油拌匀，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。



西瓜雪泥

材料：

大西瓜 900 克、糖 $\frac{1}{2}$ 杯。

做法：

1. 西瓜去皮，切成小块，加糖，用果汁机打成泥（不需再加水）。
2. 过滤掉黑籽，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。



柠檬雪泥

材料：

糖 1 杯、水 2 杯、柠檬汁 ½ 杯。

做法：

1. 糖加水搅匀煮沸，熄火。
2. 加入柠檬汁拌匀，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。



哈密瓜雪泥

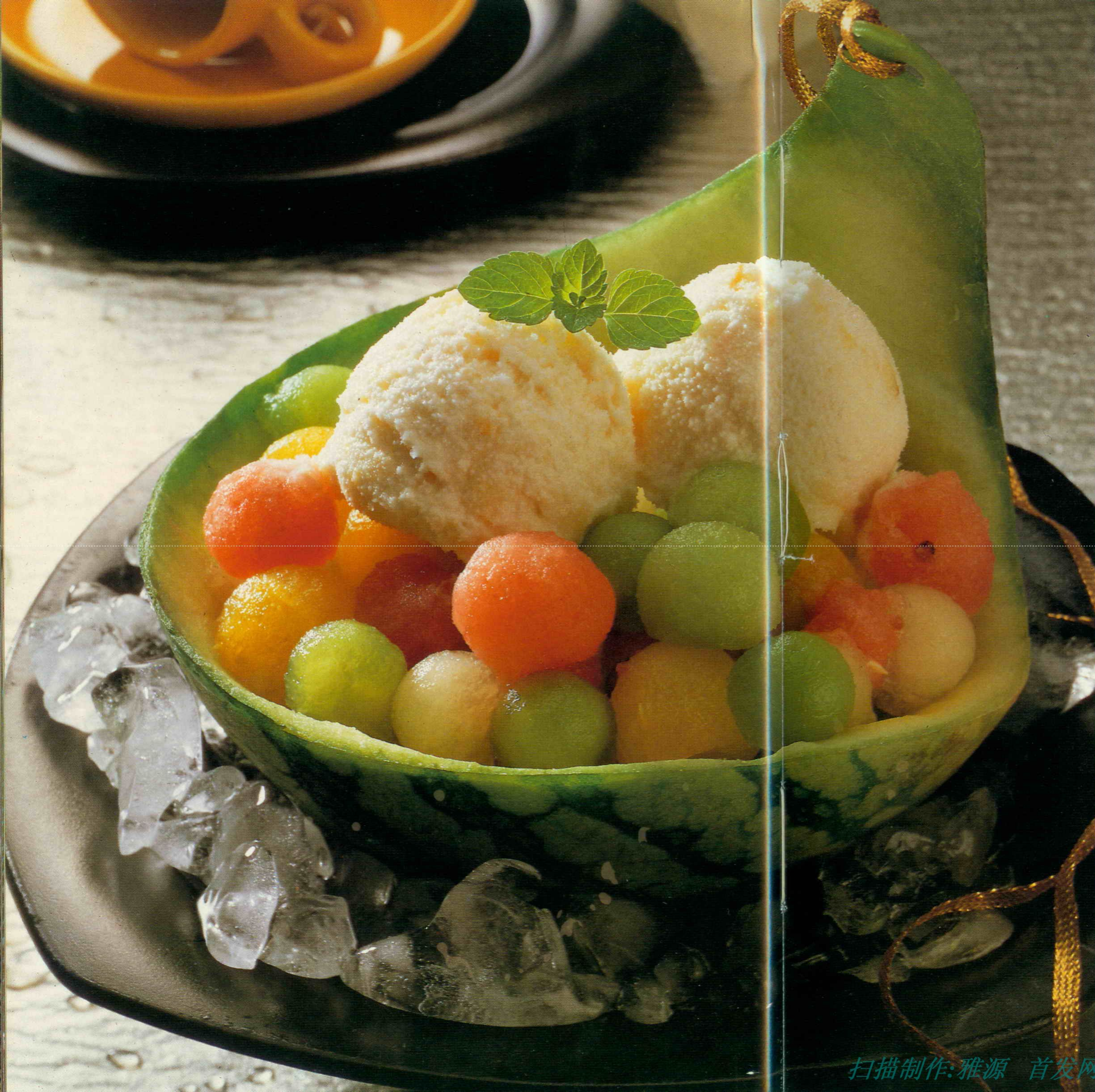
材料：

哈密瓜 1 个(约 800 克)、糖 $\frac{1}{2}$ 杯、水 $\frac{1}{2}$ 杯。

做法：

1. 哈密瓜去皮、去籽，切成块状，用果汁机打成泥(不需加水)。
2. 糖加水搅匀煮沸后熄火。
3. 将哈密瓜泥与糖水拌匀，倒入平底钢盘中，依直接冷冻法冷冻。

可爱点心



冰淇淋四色球

材料：

红西瓜 1 个、黄西瓜 1 个、绿香瓜
½ 个、白香瓜 ½ 个、浅色冰淇淋 3
球。

做法：

1. 用挖球器将红西瓜、黄西瓜、绿香瓜、白香瓜各挖出数十粒圆球。
2. 黄的小西瓜挖空后切成瓢形。
3. 以西瓜瓢盛装四色瓜球，再加上冰淇淋即可食用。

冰淇淋苏打

材料：

冰淇淋 1~2 球、冰汽水 1 瓶。

做法：

先把冰淇淋盛入杯中，再倒下冰汽水即成。

备注：

不要用有颗粒的冰淇淋，如核桃、葡萄干等，否则不能用吸管吸食。

微波甜点

CONTENTS

- 47 羊羹
- 49 双色奶酥
- 51 么么喳喳
- 53 红枣马蹄糕
- 55 花生太妃糖
- 57 草莓果酱
- 57 苹果果酱
- 59 葡萄酒
- 59 凤梨酒
- 60 工具介绍
- 62 材料介绍





羊羹

材料：

- ①洋菜 20 克、热水 3 杯。
- ②麦芽糖 100 克、细砂糖 180 克、红豆沙(已脱皮)375 克。

做法：

1. 取一锅,放入①料搅拌均匀,加盖,用微波炉以 100%电力煮 5 分钟,拌入②料,加盖,再以 100%电力煮 5 分钟。
2. 以细纱网过滤后,倒入模型,放入冰箱 1 小时,结冻后即可取出切块装盘。

双色奶酥

材料：

蛋 3 个、巧克力酱 3 大匙、面粉少许。

①细砂糖 150 克、盐 $\frac{1}{2}$ 小匙、奶油 10 大匙。

②低筋面粉 125 克、发粉 $\frac{1}{2}$ 小匙、奶粉 3 大匙。

做法：

1. 取一容器，放入①料并且不断搅拌，直至呈现绒毛状为止。
2. ②料过筛，与打好的蛋液分次交替加入①料中拌匀，即成黄面糊。
3. $\frac{1}{2}$ 量的黄面糊加入巧克力酱拌匀，即是巧克力面糊。
4. 取一长方盒，盒内抹油并略洒薄粉，先将黄面糊倒入盒中，再加入巧克力面糊，以强微波烘烤 13 分钟即可。

么么喳喳

材料：

地瓜 300 克、各色果冻适量、椰浆 2 杯、鲜奶 2 杯、糖水 2 杯、小冰块适量。

做法：

1. 地瓜去皮、切小丁，放入耐热袋中，用微波炉以 70% 中高温电力蒸煮 6 分钟后，倒入深皿中，加 3 大匙糖水，搅拌均匀，续以强微波 2 分钟烹煮，使之入味。
2. 将各色果冻切小丁备用；椰浆和鲜奶、糖水充分拌匀后备用。
3. 取一小碗，放入适量的各色果冻及地瓜，倒入搅拌均匀的椰浆糖水，放上冰块即可。

红枣马蹄糕

材料：

马蹄粉 120 克、玉米粉 50 克、冷开水 1 杯、荸荠 150 克、红枣 75 克、热水 2 杯、冰糖 225 克、沙拉油 1 大匙。

做法：

1. 马蹄粉和玉米粉以冷开水调匀；荸荠去皮剁碎；红枣泡软，去核、切小粒备用。
2. 取一容器，放入热水及冰糖，覆盖，以强微波 5 分钟煮溶后，取出容器，加入剁碎的荸荠，再覆盖，以强微波 3 分钟煮滚。
3. 将一滤网放在盛荸荠糊的容器上，将调匀的玉米粉和马蹄粉糊倒入滤网中过滤，并与糖水混合，再加入油搅拌成糊状。
4. 将调匀的马蹄糊倒入长形容器中，以强微波烹煮 2 分钟后，取出搅拌，再强微波 2 分钟，取出加入 $\frac{1}{2}$ 量的红枣拌匀，再将剩余红枣粒铺撒马蹄糕上，覆胶膜，以 70% 电力微波 5 分钟即成。取出待凉，即可切片食用。



花生太妃糖

材料：

生花生 300 克。

①麦芽糖 2 大匙、砂糖 200 克、沙拉油 1 大匙、热水 6 大匙。

做法：

1. 花生洗净沥干，置于浅而宽的大盘中，用微波炉以 100% 电力炸 10 分钟（中途每隔 2 分钟搅拌一下），取出，待凉后去膜备用。
2. 取一大碗，放入①料搅拌均匀，以 80% 电力煮 12 分钟成糖液，取出，拌入花生仁，多拌几次使其成丝。
3. 再取一较浅模型，内壁涂油，填入花生糖，用擀面棍压平，待凉后切块装盘即可。

可爱点心

草莓果酱

材料：

①草莓 300 克、糖 3 杯、柠檬汁 2 大匙、沙拉油 2 大匙。

②玉米粉 3 大匙、水 2 大匙。

做法：

1. 草莓洗净去蒂、沥干水分置大碗中，戴上手套将草莓捏碎备用。
2. 另取一大碗，放入①料调匀，覆胶膜，用微波炉以 100% 电力煮 7 分钟，再以 50% 电力煮 20 分钟，取出拌入②料，覆胶膜，以 100% 电力煮 3 分钟即可。

苹果果酱

材料：

苹果 600 克。

①糖 2 杯、柠檬汁 1 大匙、明胶粉 30 克、水 1 杯。

做法：

1. 苹果洗净去皮，切成四等份后去籽、磨成泥。
2. 取一大碗，放入苹果泥及①料搅拌均匀，覆胶膜，用微波炉以 100% 电力煮 10 分钟即可。

可爱点心

葡萄酒

材料：

葡萄 200 克、冰糖 100 克、白酒 450 毫升、柠檬片 2 片。

做法：

1. 葡萄洗净去蒂，拭干水分。
2. 取一耐高温之玻璃容器，放入全部材料，加盖（取下橡皮垫），用微波炉 100% 电力煮 4 分钟，取出搅拌，待凉，将盖子套上橡皮垫盖上。
3. 3 天后取出果肉，盖上盖子，14 天后即可饮用。

凤梨酒

材料：

凤梨 200 克、冰糖 100 克、白酒 450 毫升。

做法：

1. 凤梨洗净去皮，轮切成 1 厘米厚片。
2. 取一耐高温之玻璃容器，放入全部材料，加盖（取下橡皮垫），用微波炉 100% 电力煮 4 分钟，取出搅拌，待凉，将盖子套上橡皮垫盖上。
3. 3 天后取出果肉，14 天后即可饮用。

可爱点心

工具介绍

制

作本书点心,刚开始时先购买必备工具,熟练以后可视情况添购其他工具及大、小模型,使您的作品更富变化。〔必备工具〕

①量杯、量匙:标准的量杯、量匙,其容量为1杯=240毫升、1大匙=15毫升、1小匙=5毫升。量杯最好买两个,一个量液体,一个量粉状物,以免频频洗擦,费时费事。量材料时,须注意要量到平杯面或匙面,不要高出,也不要不够。②直形打蛋器:普通型(大)和迷你型(小)各1支。其功能在于使材料搅拌均匀。③长柄小锅:有透明锅盖且底部稍圆者最佳。铁、铝锅和不粘锅都不适合,因为前两者会使奶类变色,而后者不能用打蛋器搅打。〔辅助工具〕①不锈钢盘:半圆型,是做蛋糕不可缺少的工具。用它打蛋或打鲜奶油都极方便、又耐用。必要时,也可用来煮东西。②电动打蛋器:蛋汁或鲜奶油要打成白色泡沫状时,使用电动打蛋器,既快速又方便、省力。如不欲添购,则须用螺旋打蛋器代替之。③橡皮刀:当锅盆中的材料要倒入模型中时,只有使用橡皮刀刮得最干净,不会浪费材料。④挤花筒:附有多个挤花嘴,可把打发的鲜奶油挤成多种花样。⑤印模。⑥挖球器。⑦波浪刀。⑧漏勺。⑨冰淇淋挖勺。⑩蛋糕铲刀。⑪各种大、小模型。⑫平底浅钢盘:冷冻冰淇淋的最佳容器。〔备注〕本书做法中所提到的搅拌动作,除特别说明用螺旋打蛋器的以外,均是用直形打蛋器来搅匀。



- 必备工具**
- ①量杯
 - ②长柄小锅
 - ③大、小打蛋器
 - ④量匙
- 辅助工具一**
- ①电动打蛋器
 - ②螺旋形打蛋器
 - ③橡皮刀
 - ④波浪刀
 - ⑤挤花筒
 - ⑥漏勺
 - ⑦各种花嘴



- 辅助工具二**
- ①蛋糕铲刀
 - ②不锈钢盘
 - ③挖球器
 - ④冰淇淋挖勺
 - ⑤各式印花模
- 辅助工具三**
- ①大模型
 - ②小模型

材料介绍

〔胶类〕

1. 明胶 又名吉利丁(直译名),是一种动物胶,出售的多是粉状。使用时,必须撒在至少倍量的水中,搅匀溶解后,可以直接倒入其他材料中一起煮沸,或是先隔水蒸化后,再与其他材料混匀,放入冰箱冷藏才会凝结。其口感黏软、有弹性。
2. 真珠粉(俗称) 正名称为吉利 T(包装盒上多用此名称),是一种植物性胶,外观为纯白无异味的粉状。使用时,必须先与糖混匀,再加水拌匀,煮沸,放凉后,在室温下即会结冻。其口感介于明胶冻和洋菜冻之间。
3. 洋菜粉 是一种植物性胶。使用时,将洋菜粉撒入水中,搅拌溶解,经煮沸放凉,即能凝固成冻。其口感较缺乏弹性,只适宜做杏仁豆腐等爽口的果冻。

注意

本书各种果冻所指定使用的胶粉,只是从较适宜、且方便考虑的,除另有说明者外,读者可以用自己喜欢的胶粉来做。

- | | | | | | |
|-----|------------|--------|-----|---------|-----------|
| 胶 类 | ①白明胶 | ④台湾制明胶 | 奶 类 | ①奶油乳酪 | ④人造鲜奶油 |
| | ②真珠粉(吉利 T) | ⑤洋菜粉 | | ②纯鲜奶油 | ⑤酸乳酪 |
| | ③美国制明胶 | | | ③喷嘴式鲜奶油 | ⑥椰浆粉(椰奶粉) |



〔奶类〕

1. 鲜奶油 有三种:

- ①纯鲜奶油:鲜奶离心后,浮在上面一层乳脂肪特别高的牛奶,就是纯鲜奶油。纯鲜奶油未加糖,又不能冷冻,所以数日就会腐坏。
- ②人造鲜奶油:是棕榈油的制品,色、香、味都仿制得很像纯鲜奶油,只是营养价值不及纯鲜奶油。它多半已加了糖,可以冷冻保存相当久,所以使用起来较方便,价钱也便宜。本书都是使用此种鲜奶油。如果您买的是不甜的纯鲜奶油,请酌加砂糖。
- ③罐装喷嘴式鲜奶油:使用时,将罐子摇晃一阵就能喷出一朵一朵奶油花,用来装饰蛋糕很方便,但做冰淇淋的用量很大,并不划算。

注意

鲜奶油和打发的鲜奶油是不同的。鲜奶油在常温下是像牛奶一样的液体,从冷冻库取出来则像牛奶冰。把半解冻的鲜奶油用电动打蛋器(或螺旋打蛋器)搅打一阵子,就会越来越浓稠,直到成为固体(即鲜奶油蛋糕上涂的白色奶油),这叫做打发的鲜奶油。至于要打发到什么程度,往往必须靠经验判断才会恰到好处。鲜奶油打得太发会太硬(有时还会出水),不好涂抹;不发则太软、太稀,也不好涂抹。

2. 奶油乳酪 瓶装的奶油乳酪,是做点心最常用的乳酪,较柔软好用,没有刺鼻异味。
3. 酸乳酪 俗称优格,是脱脂奶发酵的产品,有酸味但脂肪少,亦适合做点心。
4. 椰浆粉(椰奶粉) 由椰子内白色椰乳制成;也可以使用罐装椰浆代替,但椰浆粉味道最佳。